Mega

MARTIE 2019

MEGA IMAGE

Felii proaspete de primăvară

NOU în revistă

Ingredient DE SEZON | 8
SECRETE și trucuri | 16
COMBINAȚII gustoase | 27
DESERTUL meu preferat | 29

Scanează și poți vedea cum se gătesc 12 dintre rețetele recomandate în revistă

www.mega-image.ro | www.facebook.com/MegaImageRomania

De **3X** mai concentrat
decât detergentul pudră*

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

ARIEL
Detergent capsule
pentru rufe
Mountain Spring
54 capsule, 54 spălări
59,99

LENOR
Balsam
pentru rufe
diverse sortimente,
1,5l, 50 spălări
~~15,12~~
12,10

FAIRY
Detergent
pentru vase
Platinum Lemon&Lime
430ml
~~6,19~~
4,95

A nu se lăsa la îndemâna copiilor.**

*față de detergentul pudră Ariel
**Mai multe detalii la: http://www.keepcapsfromkids.eu

Pampers pure™

0% Parfum, Latex*, Albire cu clor

100% protecție Pampers împotriva umezelii

PAMPERS PURE
Scutece pentru copii
50, 39, 31, 28, 24 bucăți
per pachet
54,29

*Latex din cauciuc natural

SUMAR

MARTIE

4 **NOUTĂȚI**
Surprize la început de primăvară

8 **NOU! INGREDIENT DE SEZON**
Spanacul

11 **MEGA FORMATS**
Un nou concept de bucătărie urbană

12 **IDEI DE SEZON**
Start primăverii

14 **DOAR LA MEGA-UL TĂU**
Gusturile de demult
Italia la tine acasă

16 **NOU! SECRETE ȘI TRUCURI**
Universul pastelor

19 **REȚETE DE COLECȚIE**

22 **FOCUS**

27 **NOU! COMBINAȚII GUSTOASE**
Chifteluțe pentru toate gusturile

29 **NOU! DESERTUL MEU PREFERAT**
Bomboane energizante

30 **DOSAR**
O zi doar pentru tine

34 **ALEGERI ISTEȚE**
Secretele cărnii de vită

36 **JOACĂ ÎN BUCĂTĂRIE**
E ziua ta? Hip hip hip uraaaa!

38 **GENERAȚIA COOL**
Ia-ți doza de energie!

40 **WINE GALLERY**

41 **EQUILIBRIUM**

43 **LIFESTYLE**
Laboratorul casei

45 **ÎNGRIJIRE**

46 **ADVERTORIAL**
Plantează un copac și oferă-l cuiva drag!

OFERTĂ VALABILĂ ÎN PERIOADA 28.02 – 26.03.2019

PREȚURILE DIN ACEST CATALOG SUNT EXPRIMATE ÎN LEI ȘI INCLUD TVA. PRODUSELE SUNT DESTINATE VÂNZĂRII CU AMĂNUNTUL ȘI POT FI ACHIZIȚIONATE ÎN LIMITA STOCULUI DISPONIBIL. PRODUSELE VOR FI COMERCIALIZATE ÎN ANUMITE MAGAZINE DIN REȚEAUA MEGA IMAGE, CONFORM POLITICII INTERNE. IMAGINILE PRODUSELOR AU CARACTER DEMONSTRATIV ȘI NU CONSTITUIE OBLIGAȚII CONTRACTUALE. INFORMAȚIILE CUPRINSE ÎN CATALOG AU CARACTER INFORMATIV ȘI SE BAZEAZĂ PE CERCETĂRI ÎN DOMENIUL ALIMENTAR, RAPOARTE NUTRIȚIONALE ȘI STUDII REALIZATE DE PRODUCĂTORI; ACESTE INFORMAȚII NU SUBSTITUIE SFATUL MEDICULUI SAU AL ALTUI SPECIALIST, NU TREBUIE CONSIDERATE SFATURI MEDICALE, LEGALE SAU PROFESIONALE ȘI TREBUIE FOLOSITE NUMAI PE PROPRIA RĂSPUNDERE.
Detalii despre companie și programul magazinelor, pe www.mega-image.ro. Poți comanda și online produsele Mega Image, prin www.mega-image.ro.
Acest catalog publicitar nu se comercializează. Conținutul acestuia este proprietatea Mega Image și nu se acordă drepturi de reproducere pentru fragmente sau conținutul acestuia ca întreg pe niciun canal public (print, online, radio, TV) fără acceptul prealabil al companiei, conform reglementărilor legale –Legea nr. 8/1996 privind dreptul de autor și drepturile conexe.
Mega Image nu își asumă responsabilitatea pentru eventualele erori ori omisiuni tipografice.

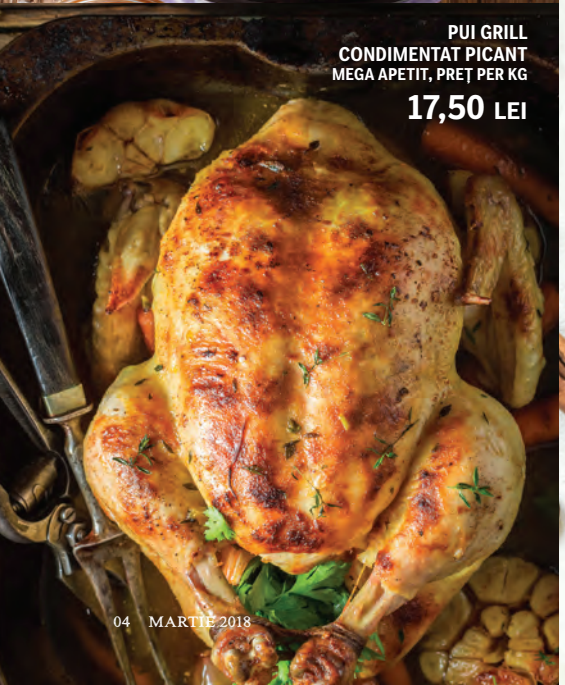
Publicație editată de S.C. MEGA IMAGE S.R.L. / Sediu: Bd. Timisoara, nr.26, Centrul comercial Plaza Romania Offices, etaj 2, sector 6, Cod postal: 061331; Cod de înregistrare în scopuri de TVA: RO 6719278; J40/27872/1994; Capital social: 486.512.630 lei.

Soluții simple și gustoase

Special create pentru cei care nu au prea mult timp liber pentru pregătirea meselor, fie că este vorba despre prânzul de la serviciu, fie despre cina în familie, preparatele din carne de pui condimentate sunt o alegere isteață și grozav de gustoasă.

Chef Ashlie Dias te invită să încerci noile rețete create!

PULPĂ DE PUI CONDIMETATĂ PICANTĂ
MEGA APETIT, PREȚ PER KG
26,90 LEI



PUI GRILL CONDIMENTAT PICANT
MEGA APETIT, PREȚ PER KG
17,50 LEI

APĂ PLATĂ GLACÉAU SMART WATER, 600ML
2,39 LEI

APĂ PLATĂ GLACÉAU SMART WATER, 1.1L
3,29 LEI

Fii ÎN FORMĂ!

Setea, buzele uscate, stările prelungite de oboseală, migrenele, concentrarea mai slabă pot fi semne ale deshidratării, un semn că organismul are nevoie de hidratare. Adaptează cantitatea de apă de care ai nevoie în funcție de greutate, temperatura de afară și de efortul pe care-l faci.

SURPRIZE la început de PRIMĂVARĂ

Alege din noutățile acestui început de primăvară acele produsele care se potrivesc cel mai bine familiei tale și transformă fiecare moment într-o mică surpriză.

DESERTUL preferat

Cu o istorie ce a început în 1884, înghețata Pepino și-a păstrat de-a lungul timpului gustul intens și bogat, textura cremoasă și fină. Ciocolată cu alune de pădure, praline delicioase sau gust intens de cireșe negre, care este aroma ta preferată de înghețată?

ÎNGHEȚATĂ PEPINO, DIVERSE SORTIMENTE, 380G
29,99 LEI

Băutura cu gust de vară

Cu gust răcoritor, fără adaos de zahăr, băutura carbogazoasă cu gust de grepfrut roz este ideală pentru cocktailuri potrivite fiecărei vârste.

BĂUTURĂ RĂCORITOARE CARBOGAZOASĂ CU AROMĂ DE GREPFRUT
FANTA ZERO, 330ML
1,99 LEI

Momente de aur

Preparat dintr-un soi de mere mai puțin întâlnit, cu pulpă roșie, noul cidru transformă orice întâlnire cu prietenii într-o experiență de neuitat.

CIDRU ROSE APPLE
STRONGBOW, 330ML
3,59 LEI

Energie în doza potrivită

Reenergizează-te după o oră petrecută la sala de sport sau după o tură de alergare în parc! Băutura nu conține zahăr și carbohidrați, iar ambalajul tip doză o face ușor și rapid de savurat.

BĂUTURĂ BCAA CU AROMĂ DE COACĂZE
NUTRAMINO, 330ML
5,99 LEI

GUSTUL ASIEI

Ambalate extrem de practic, noile preparate din pui cu orez și diverse sosuri și arome picante conțin ingrediente de cea mai bună calitate, respectă rețetele autentice ale bucătăriei asiatice și, nu în ultimul rând, sunt foarte ușor și rapid de preparat la cuptorul cu microunde.

ASIAN MIX PUI TERIYAKI
EDENIA, 350G
~~17,99~~ **15,29 LEI**

ASIAN MIX PUI PICANT
EDENIA, 350G
~~17,99~~ **15,29 LEI**

ASIAN MIX PUI CU SOS DULCE-ACRIȘOR
EDENIA, 350G
~~17,99~~ **15,29 LEI**

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

Mega Noutăți

PLĂCINTĂ TURNU CU BRÂNZĂ SĂRATĂ
IACSITY, PREȚ PER KG
39,99 LEI

PLĂCINTĂ TURNU CU DOVLEAC
IACSITY, PREȚ PER KG
39,99 LEI

PLĂCINTĂ TURNU CU NUCĂ
IACSITY, PREȚ PER KG
39,99 LEI

Gustul PLĂCINTEI tradiționale

Întins și rulat în totalitate manual, aluatul plăcintelor marca Turnu păstrează și continuă tradiția rețetelor tradiționale din zona Banatului. Alege-ți doar umplutura favorită – brânză sărată, dovleac sau nucă - și savurează plăcinta la ceas de tihnă.

Produsele nu conțin aditivi alimentari.

Disney

DIN 14 MARTIE, LANSĂM O NOUĂ COLECȚIE SPECIALĂ, INSPIRATĂ DINTR-O LUME MAGICĂ!

MEGA IMAGE

©Disney ©Disney/Pixar

CUMPĂRĂ ORICARE ACTIMEL TRIMITE SMS LA 1844 CU TEXTUL ACTIPREMII

POȚI CÂȘTIGA...

1x CAMERA VIDEO SPORT

* Imagine cu titlu de prezentare

4x CĂȘTI MINI BLUETOOTH

* Imagine cu titlu de prezentare

14x PORT CARD

* Imagine cu titlu de prezentare

Promoția este valabilă în perioada 14-27 martie, în magazinele MegaImage și Shop&Go. Valoarea comercială a celor 19 premii este de aproximativ 6.500 de lei. Premiile zilnice constau în 14 port card, premiile săptămânale constau în 4 mini căști buetooth, iar premiul cel mare este o cameră video sport. Regulamentul campaniei este disponibil gratuit pe site-ul www.actimel.ro.

ACTIMEL
4x100 g
diverse sortimente

#HAICAPOTI

MEGA IMAGE

Confetteria Raffaello

O parte din tine e mereu cu mine

În luna martie, dă glas inimii tale și spune-le femeilor din viața ta cât de mult le prețuiești și de ce.

7^69 Lei
Raffaello
80g

25^99 Lei
Raffaello
300g

18^99 Lei
Raffaello
260g

15^49 Lei
Raffaello
140g

16^10 Lei
Raffaello
230g

NOU în revistă

Ingredient de sezon: SPANACUL

Hrana preferată a vestitului personaj Popeye Marinarul a trecut de mult timp granițele desenului animat. Pentru mulți dintre noi, frunzele proaspete, crocante, de spanac fac parte din meniul săptămânal, dacă nu chiar zilnic. De cele mai multe ori, mai ales când vorbim despre cele mai tinere frunze, așa numitul baby spanac, le preferăm sub formă de salate simple, alături de roșii cherry și o vinegretă din ulei de măsline și zeamă de citrice. Practic, singura diferență dintre spanacul baby și cel matur, cu frunze mari, este perioada când acesta a fost recoltat.

Este ideal în smoothie-uri, în salate crocante sau calde, în plăcinte sau supe-creme și poate însoți carnea roșie sau albă, peștele sau ouăle.

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestei rețete.

ȘTIAI CĂ?

Eșalota este un sortiment de ceapă, dar cu gust și aromă mai puțin pronunțate. Are forma unui bulb alungit și este de dimensiuni mai reduse decât ceapa obișnuită.

QUICHE CU SPANAC ȘI FETA

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 1 aluat fraged cu unt • 3 ouă • 200 g frunze de baby spanac • 1 eșalotă • 50 g stafide • 150 g brânză feta • 200 ml smântână fermentată (minimum 30% grăsime) • 2 linguri cu ulei de măsline • 3 frunze de mentă • sare

Preîncălzește cuptorul la 180 de grade Celsius.
Încinge uleiul într-o tigaie și călește eșalota tăiată mărunt și frunzele de spanac. Întinde aluatul într-o formă de tartă tapetată cu hârtie de copt și pune deasupra amestecul de spanac. Presară frunzele de mentă tocate fin, stafidele și brânza feta sfărâmată.
Într-un castron, bate ouăle cu smântâna și un praf de sare. Toarnă amestecul peste ingredientele din forma de copt. Coace 25 de minute. Servește quiche-ul cald alături de o salată.

ITALIA ESTE O STARE DE SPIRIT

Bere blondă
Peroni Nastro Azzurro
Sticlă 0.33L
3^79 LEI

Bere blondă
Peroni Nastro Azzurro
Sticlă 0.33L x 6
22^74 LEI

18+ PENTRU CEI PESTE 18 ANI
www.desprealcool.ro

MEGA APETIT

UN NOU CONCEPT DE
BUCĂTĂRIE URBANĂ

Mega Apetit Store by Shop&Go este soluția perfectă dacă vrei să câștigi timp, dar să nu renunți, totuși, la un meniu compus și elaborat, o masă potrivită pentru diversele momente ale zilei - mic dejun, prânz, cină sau gustare.

PRÂNZ

Preparate gătite ca acasă - supele, ciorbele, tocănițele sau gulașul sunt tot atâtea alegeri inspirate și hrănitoare pentru masa de prânz. Nu uita să treci și pe la vitrina rece pentru un desert binemeritat!

GUSTARE

Concepută pe principiul mix & match, insula centrală cuprinde o zonă caldă și una rece, de unde îți poți alege ingredientele pentru o salată fresh sau pentru o garnitură caldă delicioasă.

MIC DEJUN

Începe-ți ziua cu o cafea aromată și un croissant cu unt. Sau combină-ți ingredientele preferate într-un mic dejun MEGA bun, fie că alegi un sandviș preparat pe loc, fie o omletă grozavă și un fresh sau smoothie. De luni până vineri de la 8.30, iar în weekend de la 9.30!

CINĂ ȘI PENTRU ACASĂ

Sushi, mâncăruri gătite, fripturi, coaste rumene, mixuri de salate sunt doar câteva dintre alegerile pentru cinele în familie. Adaugă-le și câteva dintre sortimentele de pâine și patiserie premium și bucură-te de timpul câștigat.

Mega Apetit Store by Shop&Go,
Blvd. Timișoara, nr 26, etaj 2

La **MEGA APETIT STORE BY SHOP&GO**
te poți bucura de o nouă experiență culinară.

START Primăverii

Prima lună de primăvară ne bate timid la uși și suntem pregătiți s-o primim cum se cuvine. Dar martie este și luna în care doamnele și domnișoarele ar trebui să se simtă cel mai răsfățate. Sărbătoriți începutul de primăvară cu gust și bucurie!

CADOU INSPIRAT

Un mărțișor delicat sub formă de brățară însoțit de un produs special de îngrijire, adaptat vârstei, sunt o alegere inspirată pentru cadoul de 1 sau 8 martie.

ACID HIALURONIC GEROVITAL H3 EVOLUTION
51,60 LEI

BRĂȚARĂ FLORALĂ, DIVERSE MODELE MĂRȚIȘOR
9,99 LEI

VIN ROSE MATEUS, 1L
28,60 LEI

ȘAMPANIE MUMM CORDON ROUGE, 750ML
174,99 LEI

Petrecerea fetelor

Pentru cea mai reușită întâlnire a fetelor, nu uita să cumperi de la cel mai apropiat Mega Image o sticlă din băutura preferată. Alătură-i un platou rapid și gustos cu produse rafinate, inspiră-te din propunerea de la pagina 33.

CLĂTITE CU UMPLUTURĂ DE FRUCTE DE PĂDURE VICI, 425G
~~11,10~~ **9,99 LEI**

GAUFRE CU ZAHĂR GLAZURATE 365, 600G
8,59 LEI

Mic-dejun de weekend

Răsfăț de la prima oră a zilei? Este foarte posibil și, mai ales, rapid de pus în practică! Alege clătitele cu umplutură de fructe de pădure ori gaufrele ușor crocante alături de miere și fructe sau un sos grozav de ciocolată!

SANA, 3.6% GRĂSIME
GUSTURI ROMÂNEȘTI, 330G
2,39 LEI

Gustare hrănitoare

Când vremea nu-ți permite să iei o gustare în tihnă, potolește-ți foamea cu o sana gustoasă și un croissant delicios.

SUC DE PORTOCALE ROȘII
SANTAL, 2L
9,99 LEI

CEAI DE MENTĂ / LĂMÂIE / PIERSICĂ
PURE LEAF, 330ML
5,49 LEI

RĂCOREȘTE-TE CU GUST!

Lasă-te sedus de aromele portocalelor roșii de Sicilia ori de cele ale frunzelor de ceai adunate în două băuturi cu gust intens, inconfundabil.

MAIONEZĂ
DELHAIZE, 420ML
8,49 LEI

FILE DE MACROU AFUMAT
HEDONIA, 120G
19,49 LEI

Aperitiv delicios

Bucățile de pește afumat alăturate unor felii de cartofi fierți și unor inele de ceapă roșie, totul îmbrăcat într-o maioneză delicioasă, se transformă imediat într-un aperitiv rapid, gustos și hrănitor.

Surpriza pentru cină

Hrănitoare, aromată și consistentă, supa de dovleac este antidotul ideal pentru o seară rece. Adaugă-i câteva crutoane de pâine și câteva cubulețe de brânză maturată și cina-i gata!

SUPĂ DE DOVLEAC
DELHAIZE, 1L
9,49 LEI

ZAHĂR BRUN NERAFINAT
PASSIFLORA, 500G
4,99 LEI

MIEZ DE NUCĂ MĂCINAT
ROCONUT, 200G
9,99 LEI

Desert DE SEZON

Deși pare a fi treabă complicată cu aluatul pentru rețeta de mucenici copți, lucrurile nu stau chiar așa.
Inspiră-te din rețeta de la pagina 19 și pregătește desertul preferat al lunii martie!

MIERE DE SALCÂM
365, 400G
19,99 LEI

FĂINĂ ALBĂ SUPERIOARĂ TIP 000
TITAN, 1KG
3,59 LEI

ESENȚĂ DE ROM
DR. OETKER, 38ML
3,49 LEI

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

DOAR LA

CAȘCAVAL AFUMAT, VID GUSTURI ROMÂNEȘTI, 240 G
37,54 LEI

TELEMEA DE CAPRĂ

Din lapte proaspăt și maturată în saramură, ***telemeaua de capră Gusturi românești*** păstrează caracteristicile inconfundabile ale celui mai îndrăgit tip de brânză de la noi. Încearc-o negreșit cu mămăliguță și smântână gustoasă.

TELEMEA DE CAPRĂ GUSTURI ROMÂNEȘTI, 200 G
6,59 LEI

GUSTURILE DE DEMULT

Din lapte de oaie, de vacă sau de capră, brânzeturile *Gusturi românești, de la* Mega Image, sunt preparate după rețete clasice și din cele mai bune ingrediente.

CAȘCAVAL AFUMAT

Produs în Bucovina, din cel mai gustos lapte de vacă, ***cașcavalul afumat de la Gusturi românești*** poate fi ingredientul secret al unui sandviș savuros, al unei tarte sărate sau al unei budinci cu legume. Sau adaugă-l pe un platou gourmet, lângă alte brânzeturi rafinate, nuci și boabe de struguri.

CAȘCAVAL DALIA

Pregătit întocmai după rețetele pe care maeștrii brânzeturilor de pe maluri ialomițene le folosesc de generații, ***cașcavalul Dalia de la Gusturi românești*** este un sortiment obținut prin opărirea și maturarea cașului de vacă. Este grozav în sandvișuri alături de șuncă și frunze crocante de salată, dar și în plăcinte sau budinci de legume.

CAȘCAVAL DALIA GUSTURI ROMÂNEȘTI, 400 G
13,79 LEI

CAȘCAVAL HÂRLĂU, VID GUSTURI ROMÂNEȘTI, 450 G
33,40 LEI

APERITIV HÂRLĂU

Împletit manual și afumat prin metodă specifică, cu fum din rumeguș de fag, ***aperitivul Hârlău Gusturi românești*** este obținut prin opărirea cașului din lapte de vacă, din zona munților Harghitei.

Gusturi românești

MEGA-UL tău

ITALIA la tine acasă

O vacanță în Italia este o poveste pentru oricine, pentru că soarele Toscanei, muzeele Florenței ori catedralele Romei și mai ales gustul mâncărurilor tradiționale sunt de neegalat. Iar dacă acum, la început de primăvară, ți s-a făcut teribil de dor de un strop de vacanță, poți foarte simplu aduce măcar gustul Italiei mai aproape.

Pregătește o cină simplă, cu paste proaspete și un sos potrivit și mai ales un vin roșu pe măsură și seara va deveni cu siguranță mai bună!

Ai nevoie de un singur drum la Mega Image: alege pastele marcă proprie, sosurile Delhaize și vinul din Wine Gallery.

BERTAGNI, BIO TORTELLONI CU RICOTTA ȘI SPANAC
250 G, 13,49 LEI

Paste proaspete cu ou ecologic și umplute cu brânză proaspătă și spanac, sunt gata în câteva minute și nu mai au nevoie decât de puțin unt la final și o lingură generoasă de Parmigiano pentru a-și atinge perfecțiunea.

DELHAIZE, CAPPELLETTI CU ȘUNCĂ USCATĂ,
250 G, 9,99 LEI

În funcție de sosul pe care îl preferi, ai nevoie de doar câteva minute pentru a pregăti cina ca un celebru bucătar! În apa clocotită adaugi sare și apoi pastele umplute cu jambon, le lași maximum 3 minute, le scurgi și le adaugi în sos. Sunt delicioase cu un sos alb de brânză!

BERTAGNI, TAGLIATELLE
300 G, 7,99 LEI

Cu ingrediente simple, făină, ou și apă, tagliatellele sunt ideale atât cu un sos quatro formaggi, cât și cu unul de roșii cu busuioc și usturoi. Sunt paste proaspete și nu ai nevoie decât de câteva minute pentru a le pregăti, dar nu uita să adaugi sare în apă pentru un plus de gust. Și busuioc!

BERTAGNI, TORTELLONI CU 4 TIPURI DE BRÂNZĂ
250 G, 12,49 LEI

Ușoare și gustoase, umplute cu o combinație irezistibilă de brânzeturi: Ricotta, Grana Padano, mozzarella și Parmigiano Regiano, sunt potrivite cu un sos simplu, de ulei de măsline extravirgin și câteva frunze de busuioc proaspăt. Dacă preferi, adaugă foarte puțin sos de roșii, atât cât să le schimbe puțin culoarea!

Universul PASTELOR

Probabil, mulți dintre noi am preparat cel puțin o dată în viața noastră o mâncare pe bază de paste și ni se pare una dintre cele mai la îndemână rețete.

Totuși, pentru a le pregăti exact ca un chef italian, pastele mai păstrează câteva secrete.

Pastele își au originea mult îndepărtată, prima referință a acestui preparat de bază din bucătăria italiană datând din 1154, în Sicilia.

Rețeta de bază a aluatului este foarte simplă, iar în mod tradițional se pregăteau din făină de grâu durum, nedospit, amestecat cu apă sau ouă și întins în foi sau diverse forme. În timp, rețeta de bază a evoluat, pot fi făcute și cu făină de orez sau din fasole neagră ori linte, iar cele colorate conțin verdețuri uscate și măcinate.

Sunt două mari categorii de paste: uscate (paste secca) și proaspete (paste fresca).

Pastele proaspete sunt produse tradițional manual, uneori cu ajutorul unor mașini simple, iar cele uscate necesită ceva mai multă îndemânare, dar pentru că acum sunt disponibile în toate magazinele, le poți foarte bine cumpăra.

Și tot în două mari categorii se împarte și maniera de pregătire: fierte sau la cuptor.

Cum se fierb corect pastele

Pentru a nu avea în final un terci, ci veritabile paste italiene, pregătite ca un mare maestro, ai nevoie de o oală mare cu capac, de aproximativ 4-5 l și o strecurătoare.

Cantitatea de apă din oală se calculează, de obicei, în funcție de cantitatea de paste pe care vrei să o prepari: câte un litru de apă pentru fiecare 100 de grame de paste. Mai ai nevoie de sare grunjoasă (10 g/l) pe care o vei pune în apa de fiert. După ce dă în clocot, pui pastele și le lași să fiarbă, dar fără să mai acoperi oala cu capac. Dacă folosești paste proaspete, timpul de fierbere va fi mai mic, de obicei sunt suficiente între 2 și 5 minute. Gustă-le oricum înainte de a le scurge prin strecurătoare.

Având în vedere că le vei adăuga sos, este bine ca pastele să nu fie complet gătite când le iei de pe foc. Oricum, italienii le preferă al dente, în traducere liberă însemnând că le simți la mestecat, nu se topesc în gură.

Fierte sau la cuptor?

Cele mai multe rețete se prepară rapid, cu paste fierte și sos, ori chiar în supe. Lasagna ori cannelloni sunt însă paste pregătite în cuptor. Nu sunt fierte dinainte, ele se gătesc în cuptor, în sosul de roșii, dacă vorbim de lasagna, ori în supa adăugată în tava de cannelloni cu umplutură de carne.

Indiferent în ce variantă alegeți să le pregătiți, nu uitați de ulei de măsline, parmezan ori mozzarella și busuioc. Sunt ingrediente nelipsite la paste!

PAPARDELLE CU VITĂ ȘI ROȘII CHERRY

INGREDIENTE PENTRU 6 PORȚII: • 500 g papardelle • 1 kg carne de vrăbioară/antricot de vită • 2 cepe roșii • 400 g roșii cherry • 250 ml vin roșu • 250 ml stoc de vită • 50 g cârnăciori/salam crud-uscate • 300 ml sos passata • 3 linguri cu ulei de măsline • 5 boabe de ienupăr • 2 crenguțe de cimbru proaspăt • 2 frunze de dafin • sare • piper

Călește cepele tăiate mărunt în 2/3 din cantitatea de ulei încins. Adaugă carnea tăiată cubulețe și lasă-o să capete o culoare rumenă. Completează cu frunzele de dafin, o crenguță de cimbru, boabele de ienupăr, vinul și stocul de vită și lasă să fiarbă 10 minute la foc mic.

Adaugă jumătate din cantitatea de roșii cherry, sosul passata și mai lasă să fiarbă, la foc mic, încă o oră. Sărează și pipărează după gust.

Încinge cuptorul la 160 de grade. Pune roșiile rămase într-o tavă, stropește-le cu uleiul rămas și dă la cuptor pentru 15 minute.

Fierbe pastele conform instrucțiunilor de pe ambalaj. Scurge-le și servește-le cu sosul de carne, felii subțiri de cârnați sau salam, roșiile cherry coapte și cimbrul rămas tocat fin.

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestei rețete.

CONSUMĂ GUINNESS ÎN MOD RESPONSABIL

Guinness draught
Sticlă 330 ml

5 59 LEI

Guinness draught
Doză 440 ml

6 49 LEI

JAMESON®
IRISH WHISKEY

ST. PATRICK'S DAY.

A DAY TO
MAKE STORIES,
NOT PLANS.

TASTE, THAT'S WHY.

65 99 LEI/BUC
Jameson 0.7L

Consumă Jameson responsabil.
www.consuma-responsabil.ro

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestor două rețete.

RULADĂ CU FRIȘCĂ ȘI CIOCOLATĂ

MUCENICI COPȚI

RULADĂ CU FRIȘCĂ ȘI CIOCOLATĂ

INGREDIENTE PENTRU 8 PORȚII: • 5 albușuri mari • 250 g zahăr tos alb • 2 linguriţe cu amidon alimentar • 1 linguriță cu oțet de vin alb • 25 g cacao + extra pentru pudrat **PENTRU UMPLUTURĂ:** • 300 ml smântână pentru frișcă (minimum 30% grăsime) • 3 linguri cu zahăr pudră • 100 g ciocolată neagră + 50 g pentru decor

CUM SĂ FACI:

Încinge cuptorul la 180 de grade. Tapetează cu hârtie de copt o tavă cu dimensiunile 23 x 33 cm.

Bate albușurile spumă și încorporează, treptat, zahărul tos. Când spuma a devenit fermă, încorporează oțetul, amidonul și cacaua cernute cu ajutorul unei spatule, cu mișcări de jos în sus.

Toarnă spuma pe tava de copt și întinde-o pe tava pregătită. Coace 18-20 de minute sau până când suprafața devine ușor crocantă, fără să se usuce prea tare, iar la apăsarea ușoară, blatul de bezea revine la forma inițială. Lasă-l să se răcească în tavă.

Între timp, bate smântâna cu zahărul pudră până obții o frișcă aerată și spumoasă. Mărunțește ciocolata cu cuțitul.

Pe masa de lucru, întinde o foaie de copt de dimensiunea celei din tavă ;i pudreaz-o cu cacao. Răstoarnă pe ea blatul de bezea răcorit și desprinde cu grijă foaia pe care s-a copt. Întinde deasupra crema de frișcă, presară ciocolata mărunțită și, cu ajutorul hârtiei de copt, rulează nu foarte strâns. Topește la bain marie ciocolata pentru decor și toarn-o în fir subțire peste ruladă. Dă la rece minimum 2 ore înainte de servire.

Pentru un plus de gust și culoare, adaugă peste crema de frișcă câteva căpșuni feliate, boabe de zmeură sau de afine.

MUCENICI COPȚI

INGREDIENTE PENTRU 8-10 PORȚII: • 380 g făină pentru cozonac • 125 ml lapte călduț (3,5 grăsime) • 65 g unt moale (82% grăsime) • 2 ouă + 1 gălbenuș (ouă mari) • 75 g zahăr tos • 12,5 g drojdie proaspătă (1/2 pachet drojdie mic) • ½ linguriță cu sare fină • 2 linguriţe cu extract de vanilie • 200 g nucă măcinată • 100 g miere **PENTRU UNS:** • 1 gălbenuș • 1 lingură cu lapte **PENTRU SIROP:** • 300 ml apă • 150 g zahăr tos • coajă de portocală/lămâie bio • extract de vanilie

CUM SĂ FACI:

Într-un castronel, pregătește maiaua din drojdie, o linguriță cu zahăr, puțin lapte și puțină făină. Amestecă și lasă să crească 20 de minute într-un loc cald.

Cerne făina rămasă într-un castron încăpător și fă o gaură în mijlocul ei. Pune maiaua crescută, ouăle bătute separat cu sarea, untul, laptele și zahărul rămase, extractul de vanilie. Amestecă ușor, până încorporezi toate ingredientele, apoi frământă aluatul până devine neted și nu se mai lipește de mâini (sau de paletele robotului).

Acoperă castronul cu un șervet curat și lasă aluatul la crescut până își dublează volumul (aproximativ 90 de minute).

Împarte apoi aluatul în 8-10 părți, modelează suluri potrivit de subțiri și lungi și împletește-le sub formă de opt sau rulează în sens opus capetele, sub formă de melc. Așază mucenicii pe tava tapetată cu hârtie de copt și lasă din nou să crească, cel puțin 30 de minute. Unge-i cu amestecul de gălbenuș și lapte și coace mucenicii pentru 20-25 de minute și s-au rumenit frumos.

Între timp, pregătește siropul. Pune apa cu zahărul la fiert și după ce a dat câteva clocote dă deoparte și adaugă coaja de citrice și o linguriță cu extract de vanilie. Lasă să se răcorească. Înmoaie mucenicii în sirop, unge-i cu miere și presară deasupra nucă din belșug.

SECRETELE ALUATULUI REUȘIT

Cerne făina de două ori pentru aerisire și pentru a scăpa de eventualele impurități. Toate ingredientele să fie la temperatura camerei, cu excepția laptelui care trebuie să fie călduț, dar nu fierbinte.

MAGNUM®
true to pleasure

White Chocolate & Cookies

Lasă-te sedus de noul Magnum White Chocolate & Cookies!

Magnum Classic
440ml
22^39 LEI

Magnum White
Chocolate & Cookies
440ml
22^39 LEI

Magnum White
Chocolate
440ml
22^39 LEI

Magnum MINI
White Chocolate
& Cookies
6x55ml
20^99 LEI

NOU

ÎNGHEȚATĂ CU LAPTE
kinder
ICE CREAM

RESPONSIBLY MADE FOR KIDS

ÎNGHEȚATĂ CU LAPTE
kinder
ICE CREAM
stick
10x36ml
24^99 LEI

ACUM ȘI ÎNGHEȚATĂ!

kinder
bueno
ICE CREAM
4x90ml
24^99 LEI

FOCUS

VANILIA și CACAUA nu sunt doar două dintre ingredientele principale ale unor deserturi îndrăgite. La fel cum PAPRIKA nu este doar condimentul pe care-l asociem cu celebrul gulaș unguresc. Toate acestea, alături de ZATAR, o mirodenie orientală, sunt ingrediente cu puteri speciale pe care te invit să le descoperi în rețetele următoare.

TOAST CU GUACAMOLE ȘI ZATAR

INGREDIENTE PENTRU 2 PORȚII: • 2 avocado • 1 eșalotă medie • 1 cățel de usturoi • 1 lime • 1 roșie • 2 linguri cu ulei de măsline • 225 g brânză halloumi • 2 felii de pâine (medii) • 2 linguriţe cu zatar • Mix de salată • Sare • Piper

Toacă mărunt eșalota și usturoiul. Curăță roșia de pulpă și tai-o cubulețe. Decojește avocado și taie miezul cubulețe. Amestecă toate ingredientele într-un bol împreună cu zeama de lime și uleiul de măsline. Condimentează cu sare și piper după gust.
Încinge un grătar foarte bine și rumenește feliile de pâine și halloumi pe ambele părți.
Unge feliile de pâine cu pasta de avocado, pune deasupra brânza pe grătar, frunze de salată și zatar după gust.

BRÂNZĂ HALLOUMI MEDITERRANEA, 200G
~~15,74~~ **14,17 LEI**

ZATAR EXTRA ABIDO, 500G
24,22 LEI

chef Alex Iacob

SUPER INGREDIENT

Zatarul este un condiment ce vine din Orientul Mijlociu și reprezintă un amestec de plante aromatice și semințe.

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

CHIFTELUȚE CU SOS DE SMÂNTÂNĂ ȘI TARHON

INGREDIENTE PENTRU 4 PORȚII: • 500 g carne tocată amestec • 80 g pâine înmuiată în 100 ml lapte • 1 ou • 60 g eșalotă tocată mărunt • 1 cățel de usturoi tocat mărunt • 1 linguriță cu cimbru verde tocat mărunt • 2 linguri cu pătrunjel proaspăt tocat • 1 linguriță cu boia dulce afumată (cu vârf) • 100 g făină albă • Ulei de floarea-soarelui • Sare • Piper; **PENTRU SOS:** • 1 linguriță cu muștar Dijon • 30 g unt • 200 g supă de pui • 200 g smântână de gătit (32% grăsime) • Sare • Piper • Tarhon verde

Călește în două linguri cu ulei eșalota și usturoiul. Amestecă carnea cu oul, condimentele, verdețurile, amestecul de eșalotă și usturoi, pâinea înmuiată în lapte și stoarsă foarte bine și o lingură cu făină, sare și piper după gust. Formează 25-26 de chifteluțe, de aproximativ 30 g fiecare, și tăvălește-le prin făina rămasă. Prăjește-le în uleiul fierbinte.

Pune pe foc supa cu smântâna până ce sosul scade până la jumătate. Adaugă muștarul și untul. Lasă să dea 2-3 clocote, adaugă chifteluțele și mai lasă pe foc 2-3 minute. Presară tarhonul proaspăt deasupra și potrivește gustul de sare și piper, dacă mai este cazul.

Paprika este o pudră obținută prin măcinarea unor varietăți de ardei. Gustul ei poate varia de la dulce până la foarte iute.

SUPER INGREDIENT

10%*

SMÂNTÂNĂ UHT, 35% GRĂSIME OLYMPUS, 200ML
~~5,04~~
4,54 LEI

TARHON KAMIS, 10G
3,39 LEI

PAPRIKA AFUMATĂ MAGAZINUL DE MIRODENII, 50G
9,99 LEI

**la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.*

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestor patru rețete.

CIOCOLATĂ DE CASĂ

INGREDIENTE PENTRU 4-6 PORȚII: • 400 g ciocolată cu lapte • 350 g lapte condensat îndulcit • 80 g unt • 75 g zahăr pudră • 25 g cacao • 40 g covrigei brezel (sărați) • Fulgi de sare de mare

Topește pe foc mic sau la bain-marie ciocolata împreună cu laptele condensat și untul.
Amestecă într-un bol cacaua și zahărul pudră cernute și încorporează-le în amestecul de ciocolată topită.
Zdrobește ușor covrigeii, aproximativ 2/3 din cantitatea totală, și încorporează-i în compoziția de ciocolată.
Toarnă într-o tavă tapetată cu hârtie de copt, decorează cu fulgi de sare, covrigeii rămași, întregi, și dă ciocolata la frigider două ore.

MINIBREZLI CHIO, 80G
1,94 LEI

UNT, 82% GRĂSIME MULLER, 250G
12,29 LEI

SUPER INGREDIENT

O pudră de cacao de bună calitate se remarcă întotdeauna prin culoarea intensă, aroma deosebită și gustul puternic.

MILLEFEUILLE CU VANILIE

INGREDIENTE PENTRU 2 PORȚII: • 250 g aluat foitaj • 240 g lapte • 30 g amidon • 85 g zahăr pudră • 1 păstaie de vanilie • 3 gălbenușuri • 35 g unt • 150 g smântână pentru frișcă • 125 g zmeură • 1 lime (pentru decor)

Întinde cu sucitorul aluatul pe foaia de copt (aproximativ 2 mm), așază-l în tavă și pune deasupra o altă tavă. Dă-o la cuptor, la 200 grade Celsius pentru 8 minute. Îndepărtează apoi tava de deasupra și mai coace 2-4 minute, până aluatul devine auriu. Presară 20 g de zahăr pudră și mai dă la cuptor alte 2-3 minute, tot la 200 de grade Celsius.

Pune laptele la fiert cu două linguri de zahăr, vanilia și amidonul. Separat, freacă gălbenușurile cu restul de zahăr și toarnă deasupra, treptat, laptele cald. Pune din nou pe foc, toată compoziția, până dă un clocot și se întărește. Amestecă mereu să nu se lipească (afume).

Când este gata, adaugă untul cât crema este încă fierbinte. Omogenizează și lasă să se răcească. Bate smântâna pentru frișcă cu mixerul și încorporeaz-o, cu spatula, în crema rece de vanilie afânată câteva secunde cu paletele mixerului. Împarte aluatul în trei dreptunghiuri, cu ajutorul unui cuțit cu dinți (ca de pâine) și pune deasupra crema de vanilie și frișcă. Alternează straturile și decorează cu zmeură și coajă rasă de lime.

SMÂNTÂNĂ PENTRU FRIȘCĂ UHT, 35% GRĂSIME
AB, 200ML
3,49 LEI

AMIDON ALIMENTAR FIN
GUSTIN, 200G
2,69 LEI

PĂSTAIE DE VANILIE
FUCHS ,1.6G
24,99 LEI

GRĂSIME VEGETALĂ LA CUTIE UHT
HULALA, 1L
~~12,13~~ **10,92 LEI**

Fructul unei orhidee tropicale, păstaia de vanilie conține mii de semințe, ce dau preparatelor aroma mult dorită.

MÖVENPICK®

Crafted with the Alpine Spirit

29,99 LEI

Mövenpick Înghețată cu vanilie 500 ml

Mövenpick Înghețată cu ciocolată, cu migdale caramelizate și înghețată cu caramel sărat 500 ml

Mövenpick Înghețată cu sos de sirop de arțar și bucăți de nuci caramelizate 500 ml

Mövenpick Înghețată cu ciocolată 500 ml

Nirvana

NOU

CHOCO FUDGE CARAMEL & CHOCO WAFERS

27,49 LEI

Nirvana Înghețată cu gust de caramel, cu umplutură de ciocolată cu unt și bucăți de napolitane învelite în ciocolată cu lapte 350 g

Milka

28,49 LEI

Milka Înghețată cu ciocolată cu aromă de vanilie cu sos de caramel, bucăți de ciocolată cu lapte, caju cu sare și biscuit 480 ml

Milka Înghețată cu aromă de vanilie și înghețată cu ciocolată cu preparat de zmeură, bucăți de ciocolată cu lapte și bucăți de biscuiți cu cacao 480 ml

OREO

28,49 LEI

OREO înghețată cu aromă de vanilie cu biscuiți sandwich zdrobiți în bucăți mici cu aromă de cacao și umplutură cu aromă de vanilie și bucăți de ciocolată albă 480 ml

NOU în revistă

Chiftelute... pentru toate gusturile

- 200 g parmezan ras
- 50 g roșii uscate tăiate fin
- 10 frunze de busuioc
- 50 g semințe de pin
- 500 g carne de vită tocată

- 2-3 cm rădăcină de ghimbir și lemongrass tăiate fin
- 6 fire ceapă verde
- 4 frunze de mentă
- 50 g semințe de susan
- 500 g carne de vițel tocată

- 200 g brânză pecorino rasă
- ½ ardei gras roșu tăiat cubulețe
- 60 g frunze de rucola tocate
- 50 g nuci caju tocate
- 500 g carne de porc tocată

- 200 g brânză feta sfărâmată
- 100 g anghinare murată tocată fin
- 7-8 fire de mărar tocat
- 50 g fistic tocat
- 500 g carne de miel tocată

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

~~9,60~~
8,64 LEI

Sortimentele de pizza Edenia participante la promoție sunt:
Prosciutto Funghi 345g, Quattro Formaggi 320g și **Diavola 325g.**

MATACHE MĂCELARU'

Premiu de bun venit în breaslă
1000 Euro

Un sejur cu ștaif de 3 nopți la Casa Timiș

30x Seturi de cuțite măcelărești

Poftă de premii? Matache te premiază!

Cumpără din orice magazin Mega Image produse Matache Măcelaru de minimum 10 lei și înscrie numărul bonului fiscal pe **www.promotie.cristim.ro/mega**
Poți câștiga unul dintre cele 30 de seturi de cuțite măcelărești, un sejur cu ștaif de 3 nopți la Casa Timiș, sau marele premiu de bun venit în breaslă, 1000 euro.

Promoție valabilă în perioada 28.02.2019 – 31.03.2019 în magazinele Mega Image.
Pentru mai multe detalii consultă regulamentul promoției pe site-ul www.promotie.cristim.ro/mega
Imaginile premiilor sunt cu titlu de prezentare.

NOU în revistă

Bomboane energizante

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestei rețete.

Încarcă-ți bateriile cu acest desert ușor și foarte rapid de pregătit. Sunt grozave înainte de un antrenament de sport sau pentru o gustare frugală.

INGREDIENTE PENTRU 12 PORȚII: • 250 g migdale prăjite • 75 g fulgi de cocos • 20 g nucă de cocos răzuită • 50 g pudră de migdale • 2 linguri cu semințe de chia • 4 linguri cu ulei de cocos • 250 g caise deshidratate

Pune în blender ¾ din cantitatea de caise, migdale și fulgi de cocos și întreaga cantitate de semințe de chia și ulei de cocos. Amestecă-le până obții o pastă suficient de omogenă și fină. Pe un tocător, taie cu cuțitul caisele, fulgii de cocos și migdalele rămase și încorporează-le în amestecul de mai sus. Modelează cu palmele bilușe potrivite ca mărime și tăvălește-le prin nuca de cocos răzuită sau pudra de migdale. Dă-le la rece pentru cel puțin o oră înainte de a le servi. În funcție de gust, poți îmbogăți gustul bilușelor energizante prin adăugarea unei pudre de cacao de bună calitate sau a merișoarelor deshidratate. În primul caz, adaugă două linguriță cu cacao în blender, împreună cu celelalte ingrediente, iar la final, tăvălește-le prin cacaua cernută. Dacă vrei să adaugi merișoare, taie-le cu cuțitul și adaugă-le la amestecul de bază.

CACAO VANDA
COSMIN, 75G
3,29 LEI

FISTIC
NUTLINE, 150G
21,49 LEI

NUCĂ DE COCOS
365, 70G
1,49 LEI

SEMINȚE DE CHIA ECOLOGICE
BIO NATUR, 200G
15,99 LEI

MIGDALE CRUDE DECOJITE
DELHAIZE, 200G
15,99 LEI

ULEI DE COCOS BIO
NUTRIDIA, 500ML
24,99 LEI

CAISE DESHIDRATATE
PAK BRAND, 250G
5,99 LEI

O ZI DOAR pentru tine

Transformă ziua de 8 martie într-una cu adevărat specială! Petreceți această zi doar pentru voi și cu oamenii pe care-i prețuiți!

O ZI PE GUSTUL TĂU

În tihnă, pregătește-ți cafeaua ori ceaiul și acel mic dejun la care visezi de ceva timp. iar dacă ai în plan să îți chemi prietenele la un brunch, inspiră-te din propunerile noastre: un platou cu delicatese crud-uscate, o tartă cu spanac ori bruschete cu sos pesto.

Până la momentul întâlnirii, răsfață-te cu un duș prelungit, folosește acele produse de îngrijire pe care le cumperi, dar nu ai niciodată timp să le aplici pentru că mereu ești pe fugă. Înainte de a ieși din casă, nu uita de zâmbet! Este cea mai frumoasă podoabă a ta!

SĂRBĂTOREȘTE!

Cu fetele, cu prietenii ori cu familia, de 8 martie sau într-o zi oarecare de vineri, găsește un motiv de sărbătoare și bucură-te de toate. Și pentru că nu vrei să petreci foarte mult timp în bucătărie fix într-o astfel de zi, caută rețete ușoare și gourmet, pe care le pregătești în doar câteva minute.

• **Bruschetta caprese** – baghetă de pâine franțuzească tăiată felii de aproximativ 2 cm, prăjite ușor în cuptor, frecate cu puțin usturoi, peste care se toarnă puțin ulei de măsline și se adaugă roșii dulci tăiate cubulețe, mozzarella fresco ruptă fâșii mici și câteva frunzulițe de busuioc

• **Bruschetta cu sos pesto** - baghetă de pâine franțuzească, avocado, roșii uscate, sos pesto și brânză
de capră

• **Bruschetta de cartofi dulce**- tăiați felii și copți în cuptor, cu brânză de capră, dulceață de merișoare și câteva picături de ulei balsamic

• **Chipsuri de parmesan**- parmezan ras, praf de usturoi și busuioc tocat mărunt, pe hârtie de copt, 5 minute la cuptor

• **Brânză Brie la cuptor** – după ce se topește în crustă, cresteaz-o cu vârful cuțitului și adaugă câteva nuci, stafide și o linguriță de miere, după gust. Rupe o baghetă de pâine cu usturoi și servește totul cât e cald.

• **Castraveți proaspeți umpluți** cu cremă de avocado și brânză de capră

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestor două rețete.

TARTĂ CU SPANAC

INGREDIENTE PENTRU 4-6 PORȚII: • 1 aluat foitaj/fraged cu unt • 400 g spanac proaspăt • 200 g ricotta • 200 g smântână (minimum 20% grăsime) • 100 g caşcaval ras • 4 ouă • 1-2 fire de ceapă verde • 25 g unt • 1-2 fire de oregano proaspăt • sare • piper

Încinge cuptorul la 180 de grade Celsius. Topește untul într-o tigaie și călește frunzele de spanac până se înmoaie. Lasă deoparte să se răcească.
Într-un castron, pune ouăle, smântâna, brânza ricotta, sare și piper proaspăt măcinat după gust, oregano și amestecă-le bine cu mixerul cu palete. Adaugă, la final, spanacul călit.
Așază foaia de aluat în tava de copt și decupează-i marginile și toarnă compoziția pregătită mai sus. Dă la cuptor pentru 25-30 de minute sau până se rumenește. Scoate apoi din cuptor și lasă tarta să se răcorească puțin, presară ceapă verde și servește-o alături de un pahar cu vin alb tămâios.

ALUAT FRAGED CU UNT GUSTURI ROMÂNEȘTI, 500G
10,99 LEI

Cadoul perfect pentru mama, soția ori partenera ta

- *Un voucher la spa ori la un salon de înfrumusețare*
- *Autorul ei preferat, cafea ori ceai exotice și neapărat o cutie cu praline*
- *Un set de lux, complet, pentru îngrijire*
- *O bijuterie interesantă*
- *Cel mai frumos aranjament din florile ei favorite*

BRUSCHETE CU SOS PESTO

INGREDIENTE PENTRU 4-6 PORȚII: • 1 baghetă de pâine • 2 avocado • 5-6 roșii uscate în ulei de măsline • 4-5 linguri cu sos pesto de busuioc • 100 g brânză de capră • 1 lămâie • frunze de baby spanac • semințe de dovleac (opțional) • 1-2 linguri cu ulei de măsline

Feliază bagheta de pâine. Stropește feliile de pâine cu puțin ulei și dă-le la cuptor, așezate într-o tavă, pentru câteva minute, cât să se rumenească frumos. Între timp, curăță de coji și sâmburi fructele de avocado. Feliază-le potrivit și stropește-le cu zeamă de lămâie, să nu-și schimbe culoarea. Taie în jumătăți sau sferturi, după gust, roșiile uscate bine scurse de ulei. Unge feliile de pâine cu sos pesto, așază deasupra felii de avocado, frunze de spanac, roșii uscate și presară câteva semințe de dovleac rumenite separat într-o tigaie fără ulei.

SOS PESTO CU BUSUIOC
DELHAIZE, 190G
10,49 LEI

LĂMÂI
TURCIA, CALITATEA 1

Așază pe un platou câteva felii de salam crud-uscat și prosciutto di Parma, felii de mortadella cu măsline ori cu ardei, măslinele prefe-rate, sâmburi și nuci, grisine ori biscuiți sărați crocanți alături de un bol cu sos de avocado. Desăvârșește gustul acestui platou rapid cu vinul preferat.

MĂSLINE NEGRE FĂRĂ SÂMBURE
DELHAIZE, 397G
6,49 LEI

PROSCIUTTO DI PARMA
CITTERIO, 70G
14,79 LEI

AVOCADO READY TO EAT
COLUMBIA/CHILE/PERU, CALITATEA 1

Alege un vin deasebit de la Wine Gallery pag. 40

Secretele Cărnii de vită

O friptură rumenă pentru masa de prânz, o supă gustoasă cu găluște pufoase de griș pentru cel mai mic mofturos din familie sau câțiva burgeri suculenți pentru întâlnirea de seară cu prietenii sunt doar câteva dintre preferințele culinare ale multora dintre noi. Iar reușita acestora depinde, în bună măsură, de alegerea cărnii de vită potrivită preparatului pe care-l dorim.

Rasolul cu os este cea mai potrivită alegere atunci când vrei să prepari o supă sau o ciorbă grozavă. Dar osso bucco, cum mai este denumit rasolul cu os, este potrivit și pentru un preparat rustic pregătit la cuptor. Singura condiție este însă de a-l fierbe anterior aproximativ 20 de minute.

Rasolul alb provine din pulpă și este complet lipsit de grăsime. Este mai potrivit pentru tocane, dar îl poți încerca și într-o friptură înăbușită, ținută la cuptor timp îndelungat, la foc mic, dar și într-un șnițel crocant. Înainte de a-l introduce la cuptor, frige-l la foc iute, pe toate părțile, în unt topit sau ulei de măsline special pentru gătit, pentru a obține și o culoare frumoasă, apetisantă, dar și pentru a "sigila" toate sucurile existente în carne. ***Fricandoul*** este o carne foarte asemănătoare cu rasolul alb, potrivit de asemenea în preparate înăbușite sau fripturi ori tocături.

Nuca are o formă ușor rotundă, provine dintr-o parte a pulpei, nu are grăsime și este potrivită pentru preparate la cuptor, înăbușită, alături de legume, în tocane. Tot din pulpă este și ***capacul***, o carne suculentă și suficient de slabă pentru a o găti sub formă de fripturi la grătar ori la cuptor, dar și înăbușite la cuptor ori în gulaș sau în ciorbe.

RETETA SMART

Scanează codul alăturat și vizionează online varianta video a acestei rețete.

Mușchiul file de vită

este carnea ideală pentru celebra ruladă Wellington – mușchi de vită îmbrăcat în aluat foitaj. Este una dintre cele mai gustoase și fragede cărnuri. Este potrivit pentru grătar, dar și pentru prepararea bifteculului, turnedourilor sau pentru o friptură la cuptor.

T-Bone

este, de asemenea, una dintre cele mai gustoase bucăți de carne cu care nu ai cum să dai greș atunci când o alegi pentru un grătar. În funcție de cât de bine gătită o dorești (în sânge, medie sau bine făcută), carnea se pune pe grătarul foarte bine încins și se ține între 3 și 5 minute pe fiecare parte. De preferat este să-l condimentezi după gătire.

Chiulota sau rump steak

este o carne frumos marmorată, are textură fină și frăgezime potrivită unei fripturi apetisante pe grătar.

Vrăbioara și antricotul

se aseamănă destul de mult, au carnea suculentă, fină și marmorată, aceasta din urmă asigurând și o frăgezime absolut delicioasă. Sunt potrivite pentru fripturi la grătar ori la tigaie, dar și pentru fripturi la cuptor.

FRIPTURĂ DE VITĂ CU LEGUME

INGREDIENTE PENTRU 6 PORȚII: • 1 kg carne de vită **(antricot/vrăbioară)** • 500 g broccoli • 500 g fasole verde • 1 lingură cu zeamă de lime • 1 lingură cu unt • 20 g cimbrișor proaspăt • 20 g rozmarin proaspăt • 1 cățel de usturoi • 1 legătură de măcriș • 200 ml ulei de măsline • 1 lime • sare • piper

Încălzește cuptorul la 180 de grade. Presară carnea cu sare și piper proaspăt măcinat. Topește untul într-o tigaie și rumenește bucata de carne pe toate părțile. Pune-o într-o tavă, presară deasupra ierburile tocate și dă-o la cuptor 15 minute.

Între timp, pregătește garnitura de legume. Blanșează buchețelele de broccoli și fasolea verde în apă cu sare pentru două minute.

Pentru sos, pune în blender usturoiul, uleiul de măsline și frunzele de măcriș și amestecă până obții un sos suficient de fin. Adaugă sare și piper după gust.

Scoate friptura din cuptor, las-o 10-15 minute deoparte și apoi feliaz-o și servește-o alături de legumele aldente stropite cu zeamă de citrice, felii de lime și sosul verde aromat.

E ziua ta? Hip hip hip uraaaa!

Tort cu ciocolată și... dovlecei, te-am pus pe gânduri? Nu-ți rămâne decât să-l încerci pentru că este foarte bun la gust, are multă ciocolată și este foarte cremos. Iar când îi adaugi și fructele tale preferate, tortul aniversar este cel mai delicios cadou.

1. Topește ciocolata și untul la bain-marie.

2. Dă pe răzătoarea mare dovleceii bine spălați.

3. Amestecă într-un castron ouăle cu zahărul.

4. Adaugă în castron ciocolata topită cu untul și dovleceii bine scurși de zeamă.

5. Toarnă compoziția într-o formă de copt cu pereți detașabili.

TORT CU CIOCOLATĂ

INGREDIENTE PENTRU 10 DE PERSOANE: • 250 g unt • 400 g ciocolată neagră • 150 g zahăr brun • 250 g dovlecei • 250 g făină • 5 ouă • 150 g nuci macadamia • 2 pliculețe de drojdie instant (2 x 7 g) • fructe proaspete • bomboane decor

Preîncălzește cuptorul la 180 de grade Celsius.
Topește 250 g de ciocolată și untul la bain-marie. Dă dovleceii pe răzătoare și lasă-i la scurs jumătate de oră, presându-i din când în când pentru a elimina lichidul. Mărunțește nucile de macadamia.
Bate ouăle cu zahărul până obții o compoziție deschisă la culoare și își dublează volumul. Cerne făina împreună cu drojdia uscată.
Amestecă într-un bol încăpător totul și toarnă compoziția într-o formă de tort cu pereți detașabili, tapetată cu hârtie de copt, și coace 35 de minute. Lasă să se răcească bine.
Topește și restul de ciocolată și toarn-o călduță peste blatul de ciocolată. Decorează tortul cu fructe proaspete și bomboane decor.

Decorează tortul cu fructele preferate. Poți încerca diverse combinații: banane și căpșuni feliate, zmeură și fructe kaki tăiate cubulețe, struguri fără sâmburi sau physalis, asemănătoare cireșelor.

10%*

OU SUPEROU, COD 2
AVICOLA, 8 BUC
~~9,49~~ **8,54 LEI**

MULTI DECORAȚIUNI PENTRU TORT
VAHINE, 125G
15,99 LEI

SWIS CIOCOLATĂ NEAGRĂ, 74% CACAO
DELHAIZE, 100G
4,19 LEI

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

Ia-ți doza de energie

DELICIOS

- 30 g frunze kale
- 150 g nuci caju
- 2 linguri cu sirop de agave
- 200 ml apă caldă
- 2 linguri cu cacao

Pune nucile în apa caldă pentru 30 de minute. Prin această hidratare, nucile se mixează mai ușor și dau cremozitate băuturii.

HRĂNITOR

- 1 banană
- 100 g zmeură proaspătă
- ½ lămâie
- 2 curmale / smochine
- 20 g nuci braziliene
- 1 linguriță cu lapte praf

Înainte de a prepara acest smoothie, ține ingredientele la frigider.

LAPTE PRAF INTEGRAL
DR. OETKER, 380G
14,99 LEI

SMOCHINE DESHIDRATATE
PAK BRAND, 200G
6,49 LEI

CAJU CRUD
AB, 250G
23,89 LEI

SIROP DE AGAVE
NUTRISSLIM BIO, 370ML
~~31,29~~
26,60 LEI

NUCI MACADAMIA PRAJITE&SĂRATE
DELHAIZE, 60G
11,39 LEI

*la un produs cumpărat, pret valabil prin casa de marcat.

ENERGIZANT

- *2 felii mari de ananas*
- *30 g frunze de baby spanac*
- *½ avocado*
- *½ lămâie*
- *50 ml apă de cocos*

Mixează ingredientele cât mai puțin și pentru un plus de gust folosește ananas proaspăt.

EXOTIC

- *½ mango proaspăt*
- *1 banană*
- *1 portocală mare*
- *1 lămâie*
- *1 lingură cu semințe de chia*

Legume, fructe sau combinații din amândouă? Pe oricare le-ai alege, combinațiile sunt grozave!

WINE Gallery
www.stamdevorba.ro

Gusturi exclusiviste

Fiecare vin are o poveste, iar luna martie este o lună plină de povești. Pentru o seară aparte inspirați-vă din Wine Gallery de la Mega Image!

DESCOPERĂ WINE GALLERY ÎN:
- *MEGA IMAGE BĂNEASA*
- *MEGA IMAGE MALL VITAN*
- *MEGA IMAGE COBĂLCESCU*

Chateau Puech Haut, rosé

750 ml, ~~100,00~~ 80,00 LEI

Un rosé provensal clasic, cupaj de Grenache- Cinsault, de culoare roz pal, este un vin foarte aromat, cu note de cireșe dulci, bine coapte și trandafiri. Aromele continuă cu note de căpșuni și pepene verde. Vinul este proaspat, vibrant și sec, un comapanion ideal pentru zilele călduroase.

Asociere culinară:
- *salate divese*
- *mâncăruri cu legume*
- *preparate mediteraneene*

Corte delle Calli Prosecco Superiore Extra Dry

750 ml, 59,99 LEI

Cu o eleganță plină de viață și parfumuri de fructe și flori, provine din Valdobbiadene, inima zonei Treviso. Are o culoare galben pai strălucitoare, cu perlaj elegant si persistent și aromă de trandafir, iasomie, salcam, mere, ananas și ceva note minerale.

Asociere culinară:
- *aperitiv excelent, alături de startere delicate*
- *preparate pe bază de pește sau fructe de mare*

Sassicaia, roșu

750 ml, 850,00 LEI

Cupaj de Cabernet Sauvignon 85%, Cabernet Franc 15% de un rubiniu intens cu arome de fructe negre de pădure, este un vin corpolent, intens și elegant, cu taninuri mătăsoase și echilibrate, cu final lung.

Asociere culinară:
- *brânzeturi maturate*
- *ruladă de cerb*
- *pulpă de căprioară*
- *vită Wellington*

Grand Barossa, Syrah

750 ml, 54,99 LEI

De o culoare roșu închis și aromă de iarbă și de turbă, are un puternic gust de fructe negre de pădure, prune și piper negru.

Asociere culinară:
- *vită cu sos Marsala și ciuperci*
- *friptură de porc cu sos de usturoi*

EQUILIBRIUM
HEALTH & WELLNESS

Ritualul de întinerire

O piele mai sănătoasă este o piele mai frumoasă, așadar alege produsele potrivite din cornerul Equilibrium de la Mega Image!

SER ANTIRID CU ACID HIALURONIC

15 ml, 29,24 LEI

Este conceput pentru a combate efectele îmbătrânirii pielii și conține ingrediente cu efect antiaging. Acidul hialuronic, ingredientul principal, umple ridurile din interior, reduce adâncimea lor și reîntinerește pielea.

GEL ANTIRID CU ACID HIALURONIC

30 ml, 26,41 LEI

Cu o textură ultra-absorbantă, gelul formează pe suprafața pielii o peliculă invizibilă cu rolul de întindere și diminuare a ridurilor. LIFTONIN®-XPRESS este un ingredient inovativ ce provine dintr-o algă originară din Marea Roșie, cu efect de lifting instant.

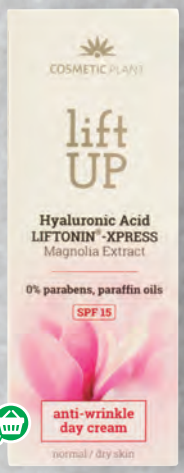
DESCOPERĂ EQUILIBRIUM ÎN MEGA IMAGE:

• PIAȚA SUDULUI • BARBU VĂCĂRESCU • BĂNEASA • PLAZA • ION MIHALACHE • MAGHERU • COBĂLCESCU • PIAȚA GEMENI • AMZEI

CREMĂ DE ZI ANTIRID CU ACID HIALURONIC

50 ml, 27,41 LEI

Cremă cu o textură lejeră ce acționează încă din primele minute de la aplicare. Principalul ingredient activ, acidul hialuronic, are o mare capacitate de a reține apa în piele, asigurând o hidratare imediată și de durată.



LOȚIUNE DE CORP CU MANDARINE

236 ml, 44,99 LEI

Această formulă inovatoare îmbină uleiuri organice de măceșe și uleiul de argan cu unturile organice de shea și cacao. Extractele energizante de mandarină și vanilie protejează eficient pielea și stimulează regenerarea celulelor sănătoase.

LOȚIUNE BIO CU ALOE VERA ȘI LĂPTIȘOR DE MATCĂ

250 ml, 29,99 LEI

O loțiune pe bază de ingrediente bio, cu efecte hidratante, calmante și anti-inflamatorii. Iar lăptișorul de matcă are o importantă acțiune de hidratare și hrănire a pielii în profunzime, conducând, astfel, la un adevărat efect de lifting.

LOȚIUNE DE CORP CU CITRICE

236 ml, 44,99 LEI

Amestecul reconfortant de citrice și floarea-soarelui trezește simțurile, iar extractele de fructe și de aloe ajută la protejarea pielii și la restabilirea hidratării.

LOȚIUNE DE CORP CU CLEMENTINE ȘI GHIMBIR

236 ml, 44,99 LEI

Conține uleiuri și unturi puternic hrănitoare, ce ajută la îmbunătățirea aspectului general al pielii. Extractele de fructe și de aloe, puternic antioxidante, ajută la protejarea pielii și la restabilirea barierei sale de hidratare.

PURINA ONE
Sănătate vizibilă în prezent și în viitor

REZULTATE VIZIBILE ÎN DOAR 3 SĂPTĂMÂNI

15%*

PURINA ONE MINI ACTIV, cu conținut bogat în Pui și Orez, 800 g

~~14,30~~ **12,15 LEI**

15%*

PURINA ONE MINI ADULT, cu conținut bogat în Vită și Orez, 800 g

~~14,30~~ **12,15 LEI**

15%*

PURINA ONE MINI CONTROLUL GREUTĂȚII, cu conținut bogat în Curcan și Orez, 800 g

~~14,30~~ **12,15 LEI**

10%*

PURINA ONE PENTRU PISICI CU DIGESTIE SENSIBILĂ, cu conținut bogat în Curcan și Orez, 800 g

~~15,13~~ **13,62 LEI**

10%*

PURINA ONE PENTRU PISICI DE APARTAMENT, cu conținut bogat în Curcan și Cereale Integrale, 800 g

~~15,13~~ **13,62 LEI**

10%*

PURINA ONE PENTRU PISICI STERILIZATE, cu conținut bogat în Vită și Grâu Integral, 800 g

~~15,13~~ **13,62 LEI**

10%*

PURINA ONE PENTRU PROTECȚIA TRACTULUI URINAR, cu conținut bogat în Pui și Cereale Integrale, 800 g

~~15,13~~ **13,62 LEI**

LABORATORUL casei

Chiar dacă, poate, ne e greu să recunoaștem sau să spunem cu inima deschisă, bucătăria este inima oricărei case. Este spațiul în care se gătește, dar și locul în care se bea cafeaua matinală sau locul în care familia se strânge la masă.

Folosește cu imaginație orice spațiu liber pe verticală.

Chiar dacă de cele mai multe ori spațiul dedicat bucătăriei nu este unul atât de generos pe cât ne-am dori, este important să-l amenajăm astfel încât să fie un spațiu primitor și cald, dar și unul foarte util și modern.

Chiar dacă albul a fost culoarea preferată pentru bucătării timp de mulți ani, un spațiu la fel de curat, aerisit și luminos poți obține adăugându-i culoare. Alege pentru pereți sau pentru culorile mobilierului tonuri neutre, relaxante și care ar ajuta spațiul bucătăriei să pară mai mare decât este în realitate. O nuanță de crem sau oranj, spre exemplu, pentru mobilier sau pentru unul dintre pereți, vă vor ajuta să obțineți un efect foarte viu, proaspăt și energizant. Același efect relaxant îl puteți obține folosind nuanțe de verde deschis sau tonuri calde de albastru.

Dacă e mai complicat de schimbat mobila într-o singură zi, dar totuși îți dorești o schimbare, alege să înlocuiești mânerele mobilierului. Fie alegi un ton contrastant, dar complementar cu nuanța mobilei, fie optezi pentru unele care se asortează cu tonurile aparatelor electrocasnice pe care le aveți expuse – cafetieră, prăjitorul de pâine sau cuptorul cu microunde.

Foarte ușor de crescut și îngrijit, plantele aromatice vor însufleți acest spațiu. Iar frunzele lor aromate vor "curăța" aerul de mirosurile specifice din bucătărie. Cimbrul, busuiocul, pătrunjelul ori rozmarinul sunt plante ce au nevoie doar de lumină naturală, apă și căldură constantă.

MEGA IMAGE

elmiplant
Nature, your power

Noua gamă elmiplant
DETOX
Creată special pentru
City Girls

Intră pe www.elmiplant.com/citygirls, acceptă provocarea și poți câștiga mai multe premii elmiplant sau premiul cel mare, city break la Milano pentru tine și 2 prietene.**

** Regulamentul este disponibil pe www.elmiplant.com/citygirls, Perioada campaniei: 14 Februarie – 22 Martie 2019.

DISCOUNT -15% PRIN CASA DE MARCAT
pentru toate produsele elmiplant de îngrijire a tenului*
*Perioada promoției: 28.02 - 26.03.2019.

Loțiune micelară Detox, 400 ml
~~17,60~~ **14,96 LEI**

Cremă de zi Detox, 50 ml
~~18,09~~ **15,38 LEI**

elmiplant | elmiplant | elmiplant Romania | www.elmiplant.com/citygirls

PALMOLIVE

lady Speed Stick

*la un produs cumpărat; preț valabil prin casa de marcat.

Săpun lichid Palmolive Purifying Clay Aloe 250 ml
~~13,99~~ **10,49 LEI**

Gel de duș Palmolive 500 ml diverse sortimente
~~14,03~~ **9,82 LEI**

Deodorant solid/ gel Lady Speed Stick 45/ 65 g diverse sortimente
~~10,71~~ **8,57 LEI**

Note personale

Aromele gelului de duș ori ale cremei/laptelui de corp, alături de cele ale parfumului tău preferat se transformă, zi de zi, într-un ritual senzorial plin de încântare.

Potrivește-ți aromele să te reprezinte așa cum și culoarea părului tău vorbește despre tine!

10%*

VOPSEA DE PĂR
L' OREAL EXCELLENCE,
DIVERSE SORTIMENTE
~~23,19~~ **20,87 LEI**

15%*

MASCĂ DE PĂR
GLISS, DIVERSE
SORTIMENTE, 300 ML
~~23,90~~ **20,31 LEI**

GEL DE DUȘ CU ULEI DE
TRANDAFIRI
LE PETIT MARSEILLAIS, 400ML
~~13,49~~ **11,47 LEI**

15%*

10%*

ȘAMPON ELSEVE
L'OREAL, DIVERSE
SORTIMENTE, 400ML
~~19,27~~ **17,34 LEI**

10%*

LAPTE DE CORP
DOVE, DIVERSE
SORTIMENTE, 250ML
~~17,65~~ **15,88 LEI**

20%*

SCRUB DE CORP
NATURE BOX, DIVERSE
SORTIMENTE, 200ML
~~17,86~~ **14,29 LEI**

*la un produs cumpărat; pret valabil prin casa de marcat.

MEGA IMAGE

Unilever

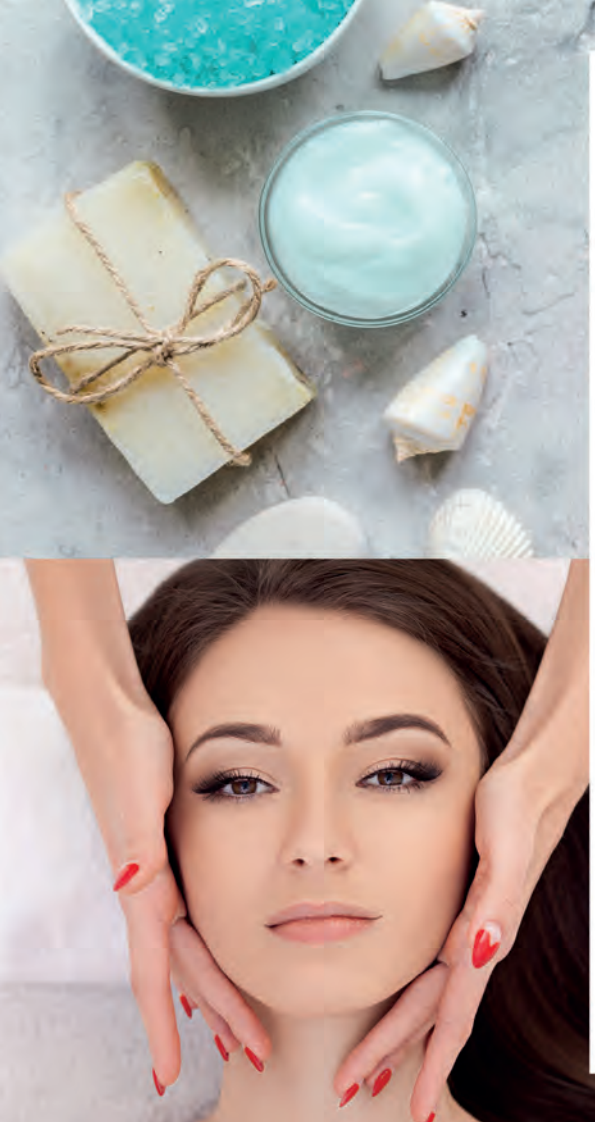
PLANTEAZĂ UN COPAC
și oferă-l cuiva drag!

susține
plantează
respiră aer curat

- Cumpără produse participante de minimum 30 lei în luna martie.
- Înscrie-te pe **www.unilevertepremiaza.ro** și oferă cuiva drag un copac.
- Vino și plantează un nou spațiu verde alături de PLANTĂM FAPTE BUNE ÎN ROMÂNIA
- Câștigă prin tombolă biciclete Pegas.

Pentru mai multe detalii consultă regulamentul campaniei disponibil în mod gratuit pe www.unilevertepremiaza.ro Imaginile sunt cu titlu de prezentare. Valoarea totală a premiilor prin tombolă este 48594,84 RON (TVA inclus).

Dove · Dove MEN +CARE · Rexona · DERO · OMO · Coccolino · Cif · Domestos · DELIKAT · HELLMANN'S EST.1913 · Lipton



DĂRUIEȘTE-ȚI MOMENTE DE

RĂSFĂȚ ȘI ÎNGRIJIRE

CUMPĂRĂ ORICE PRODUS SAU CASETĂ CADOU DIN GAMELE **SYOSS**, **DIADERMINE**, **NATURE BOX** ȘI **BARNANGEN**, TRIMITE SMS CU NUMĂRUL BONULUI FISCAL LA **1702** ȘI POȚI CÂȘTIGA

1x WEEKEND LA SPA

SAU UNA DINTRE CELE

3x BRĂȚĂRI CU CHARM

Promoția se desfășoară în perioada 24.02-24.03.2019 numai în rețeaua de magazine Mega Image. Numărul de SMS 1702 (tarif normal) este valabil în Orange, Vodafone, Telekom și Digi. Regulamentul este disponibil în mod gratuit pe pagina de Facebook Syoss și la sediul organizatorului, Henkel Romania SRL, str. Ioniță Vornicul 1-7, București. Imaginile sunt cu titlu de prezentare.

MEGA IMAGE

Persil

Soluția completă pentru hainele mele.

Persil
Detergent automat lichid/ capsule pentru rufe
Diverse sortimente
2 l/ 28 capsule =
40 spălări/ 28 spălări

31 99 LEI

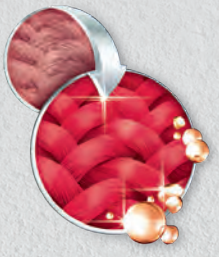
Perwoll

DETERGENT LICHID

Păstrează intensitatea culorilor și aspectul țesăturilor

Perwoll
Detergent lichid pentru rufe
Diverse sortimente
1,8 L = 30 spălări

27 99 LEI



Perwoll
Detergent lichid pentru rufe
Diverse sortimente
900 ml= 15 spălări

13 99 LEI

CUM SE PREPARĂ AVOCADO?

Sună-ne oricând pentru informații despre **produsele din Mega.**

SUNĂ Mega!

NON-STOP, GRATUIT

0800.410.900

LINIA TA CU INFORMAȚII

VOLUNTARIAT ȘI IMPLICARE SOCIALĂ

Poți afla informații despre programe de voluntariat și acțiuni sociale în care te poți implica.

EVENIMENTE CULTURALE

Te ținem la curent cu ce se întâmplă în orașul tău și îți recomandăm locuri și activități pentru petrecerea timpului liber într-un mod cât mai plăcut.

INFO PRODUSE

Afli tot ce îți dorești despre produsele comercializate în magazinele noastre, din ce sunt făcute și unde le găsești.

PĂREREA TA CONTEAZĂ

Dacă ai recomandări sau vrei să afli informații și din alte domenii, SUNĂ MEGA!